



Birgit Gercken Tel. 05 81 3 89 57 97

Im spartenstärksten Verein in Uelzen auch in den Sommerferien sportlich aktiv werden?

Ja, das ist möglich im TVU Uelzen von 1860 in der **Turnhalle am Fischerhof** (an der Jugendherberge vorbei geradeaus auf den Wald zu und dann links) und in den **Sporthallen der Sternschule und der Hermann-Löns-Schule** in Uelzen.

Vielfältige Gruppen bieten in den Sommerferien intensiv oder interessant an, jede Woche in den Übungsstunden mit zu machen.

Gymnastik mit Erika Ripke am Fischerhof:

- **montags von 09.00 Uhr bis 10:00 Uhr Erika Ripke Frauen**
- **montags von 10.30 Uhr bis 11:30 Uhr Erika Ripke Männer**

"Gemeinsam arbeiten wir an unserer Kondition, Koordination, unserem Gleichgewicht und der Körperhaltung mit Hilfe von Handgeräten wie z.B. Ball, Hantel, Stab oder Theraband.

Unser Körper dankt es durch Fitness im Alter, und es macht auch Spaß."

Erika Ripke: Tel. 0 58 05 2 64

Fitness mit Inka Krause in den Turnhallen der Hermann-Löns-Schule und der Sternschule:

dienstags von 19:00 – 20:00 Uhr in der Turnhalle der Hermann-Löns-Schule;

donnerstags von 18:00 – 19:00 Uhr in der Turnhalle der Sternschule

donnerstags von 19:15 – 20:15 Uhr in der Turnhalle der Sternschule

"Den Tag mit einem Training für den ganzen Körper, denn ein verbessertes Körpergefühl steigert das Wohlbefinden im Alltag."

Birgit Gercken Tel. 05 81 3 89 57 97

Gruppe "Körper spüren" am Fischerhof:

- **dienstags von 15:30 – 16:30 Uhr Wiebke Gründel/Christian Meyer**

Ein abwechslungsreiches Programm schließt Übungen für den ganzen Körper ein.

Seniorinnengymnastik Aktiv60+:

- **mittwochs von 18:00 Uhr – 19:00 Uhr in der Turnhalle der Hermann-Löns-Schule**

"In lustiger Runde haben wir jede Woche ein sehr abwechslungsreiches Programm. Regelmäßige Teilnahme wird Sie sicherer, kraftvoller, beweglicher, selbstbewusster, ausdauernder machen."

Christa Kasilofsky Telefon: 0581 / 76943

Adresse des Fischerhofes: Fischerhof 4 29525 Uelzen

Adresse der Hermann - Löns – Schule: Heinrich - Meyerholz - Str. 2 29525 Uelzen

Adresse der Sternschule: Hagenskamp 6 29525 Uelzen

Diese Angebote gelten für alle Mitglieder des Vereins und für die,
die es mal werden wollen!